

## ABSTRAK

Cara meneran yang salah yaitu meneran dengan memejamkan mata saat straining, menahan nafas di tenggorokan, cara straining yang salah dapat memperlambat proses persalinan dan luka pada jalan lahir. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara cara meneran dengan kejadian ruptur perineum.

Desain penelitian ini menggunakan metode analitik *cross sectional*. Populasi dalam penelitian ini seluruh ibu bersalin fisiologis di BPS Hj. Nina sebesar 19 orang. Besar sampel yang diambil 19 responden. Pengambilan sampel menggunakan teknik *total sampling*. Instrumen penelitian menggunakan lembar observasi. Variabel independen yaitu cara meneran dan variabel dependen yaitu ruptur perineum dan di analisis dengan uji statistik *Chi Square* dengan tingkat kemaknaan  $\alpha = 0,05$ .

Hasil penelitian menunjukkan dari 19 responden sebagian besar (57.9%) cara meneran salah, sebagian besar (63.2%) 12 ibu mengalami ruptur perineum. Dari hasil perhitungan statistik menunjukkan  $p = 0,006$  dengan tingkat kemaknaan  $\alpha = 0,05$  berarti  $p < \alpha$  maka  $H_0$  ditolak berarti ada hubungan antara cara straining dengan kejadian ruptur perineum.

Semakin ibu melakukan kesalahan dalam meneran maka kemungkinan terjadi ruptur perineum semakin besar. Ruptur perineum dapat dicegah dengan memberikan HE mengenai bagaimana cara meneran yang benar sebelum proses persalinan.

**Kata kunci : Cara meneran, ruptur perineum**